

*Corti, María Laura*

## Abordaje de las prácticas corporales desde la teoría social contemporánea: El fitness y la danza en la ciudad de La Plata 2011

---

VII Jornadas de Sociología de la UNLP

*5 al 7 de diciembre de 2012*

**CITA SUGERIDA:**

Corti, M. L. (2012) *Abordaje de las prácticas corporales desde la teoría social contemporánea: El fitness y la danza en la ciudad de La Plata 2011 [en línea]. VII Jornadas de Sociología de la UNLP, 5 al 7 de diciembre de 2012, La Plata, Argentina. En Memoria Académica. Disponible en:*  
[http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.1798/ev.1798.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.1798/ev.1798.pdf)

Documento disponible para su consulta y descarga en **Memoria Académica**, repositorio institucional de la **Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (FaHCE)** de la **Universidad Nacional de La Plata**. Gestionado por **Bibhuma**, biblioteca de la FaHCE.

Para más información consulte los sitios:

<http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar>    <http://www.bibhuma.fahce.unlp.edu.ar>



Esta obra está bajo licencia 2.5 de Creative Commons Argentina.  
Atribución-No comercial-Sin obras derivadas 2.5

***ABORDAJE DE LAS PRÁCTICAS CORPORALES DESDE LA TEORÍA SOCIAL  
CONTEMPORÁNEA: EL FITNESS Y LA DANZA EN LA CIUDAD DE LA PLATA 2011***

**María Laura Corti**

Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. UNLP.

laucorti2003@hotmail.com

**-Introducción:**

En esta ponencia se abordará el tema del cuerpo y las prácticas corporales, considerando que este es un campo poco explorado desde de la sociología. De esta manera, intentare relatar mi experiencia al momento de investigar dicho tema para realizar mi tesina de grado de la carrera de Sociología.

Uno de los objetivos de la tesina fue revisar el lugar que ocupa el cuerpo en la teoría social contemporánea, considerándolo como una categoría clave para abordar la dicotomía individuo-sociedad, que se ha planteado desde los orígenes de la sociología. A partir de allí, la intención de esta investigación fue precisar cómo algunas manifestaciones de la sociedad se hacen presentes en el cuerpo de los individuos, que están inmersos en un determinado sistema -el capitalista- a través de sus prácticas corporales.

Esta inquietud, por entender el papel del cuerpo en la teoría social, se desprendió de un interés personal que he tenido a lo largo de toda la carrera: tratar de unir dos áreas de estudios en apariencia tan disímiles como lo son la sociología y la danza contemporánea. En este sentido, me he planteado ¿cómo mirar desde una perspectiva sociológica a la danza? De allí que surge la idea de comprender a esta actividad como una práctica corporal que convive en la actualidad con muchas otras, como por ejemplo: la acrobacia, el yoga, la expresión corporal, los deportes al aire libre o las prácticas corporales que se realizan en los gimnasios. Entre estas últimas, el fitness fue incluido en dicho trabajo, ya que a pesar de las numerosas actividades que surgieron (y siguen surgiendo) para ejercitar y/o modelar el cuerpo, se lo puede considerar como una de las actividades más elegidas por la mayoría de las personas que viven en la ciudad.

De esta manera, se indagó mediante entrevistas semi-estructuradas a personas que tomen clases de fitness y personas que tomen clases de danza contemporánea, con el fin de comprender cuáles son los motivos por los que los individuos recurren a una u otra actividad. Así mismo, se intentó dar cuenta de posibles determinantes estructurales que

intervienen en la elección de las distintas prácticas. Además de las grandes diferencias que separan a estas dos actividades, debido en primer lugar a que pertenecen a dos campos distintos de acción - el deportivo y el artístico-, se podría pensar que hay algo en el discurso dominante que influye en que los individuos tomen esta decisión, ¿es que en los gimnasios se realizan actividades rentables, a su vez que se producen cuerpos rentables, es decir que lo que se busca es modelar al cuerpo para que esté acorde con las exigencias de la sociedad? Del mismo modo, las prácticas de danza contemporánea, ya sea las que se realicen en una institución pública o privada, ¿en qué medida son también actividades que buscan modelar el cuerpo en pos de su rentabilidad? En este sentido, se intentó ver la relación que entablan las entrevistadas -de ambas actividades- con su cuerpo, explorar si existe o no una posible incidencia de la actividad sobre la forma de construir, pensar e interpretar el cuerpo, y ver la relación que mantienen con el modelo legítimo de cuerpo.

Asimismo, el propósito del trabajo fue tratar de elaborar posibles respuestas a dichos interrogantes a través de los conceptos, categorías y perspectivas propias de la teoría social contemporánea.

### -Aportes de Bourdieu:

Un texto de Bourdieu que consideré clave para realizar dicho trabajo fue *Programa para una sociología del deporte* (1996), ya que permite comprender a las prácticas corporales -que se analizaron- por un lado como dos campos de acción diferentes (siendo cada uno de ellos un espacio estructurado al interior por sus propias reglas), donde las posiciones e interacciones objetivas están definidas por la producción, la distribución y la apropiación de un capital. Y por otro lado, permite pensar a estos dos campos dentro de un mismo universo social: el del conjunto de las prácticas corporales (campo que a su vez se encuentra inmerso junto con el resto de los otros campos en el espacio social).

Es necesario pensar al espacio de cada práctica corporal como un sistema. Este puede ser construido a partir de un conjunto de indicadores, como son, por ejemplo: la distribución de los practicantes según su posición en el espacio social, su riqueza, o también el tipo de relación con el cuerpo que favorece o exige cada práctica (Bourdieu, 1996: 173-174). En consecuencia, en la tesina se intentó dar cuenta de la relación de afinidad entre una clase social, la exigencia sobre el cuerpo y cada una de las prácticas.

En este sentido, Bourdieu señala que el elemento determinante del sistema de las preferencias es la relación con el cuerpo, el compromiso con el cuerpo que está asociado a una posición social y a una experiencia ordinaria del mundo físico y social.

Por último, pareció importante señalar los problemas que plantea la enseñanza de una práctica corporal, es decir, el hecho de hacer comprender a un individuo cómo debe dirigir su cuerpo. Bourdieu destaca que las prácticas corporales se producen, “*más allá de la conciencia, que se aprenden por una comunicación silenciosa, práctica, de cuerpo a cuerpo*”. (Bourdieu, 1996: 182). El problema que se plantea es el de la toma de conciencia en el acto de comprender con el cuerpo. Bourdieu explica que la manipulación reglada del cuerpo ejercida en el deporte, como en todas las disciplinas, es una manera de obtener del cuerpo una adhesión que el espíritu podría rechazar.

Otro de los textos producidos por Bourdieu que se tuvo en cuenta para desarrollar dicho trabajo fue *Notas provisionales sobre la percepción social del cuerpo* (Bourdieu, 1986), debido a que allí aparece claramente la relación que establece el autor entre individuo-cuerpo/sociedad, y también debido a que en él se pueden encontrar las categorías bourdieanas de *habitus*, *hexis corporal* y *espacio social*.

Las personas, dice el autor, son consideradas socialmente a través de “el físico”, ya que se cree que es a través de esta manifestación que se expresa “la naturaleza” de la persona (Bourdieu, 1986:183). Pero Bourdieu señala que “*el cuerpo, en lo que tiene de más natural en apariencia, es decir en las dimensiones de su conformación visible (volumen, peso, talla, etc.) es un producto social*” (Bourdieu, 1986: 184). Es decir que sus propiedades distintivas se deben a sus condiciones sociales de producción; según la clase social a la que se pertenezca, variarán tanto las propiedades corporales como las formas de ser percibidas, ya que estas son afectadas tanto por las condiciones de trabajo como por los hábitos de consumo. Por este motivo, se debería entender al cuerpo en relación al *habitus* adquirido: sistema de disposiciones que funciona como generador de principios de clasificación, valoración, categorización o percepción del mundo social; y también funciona como generador de principios o categorías organizadoras de la acción (Bourdieu, 1999:18).

De esta forma, la representación subjetiva que cada persona tiene de su propio cuerpo (expresada en su mantenimiento y prácticas), lo que Bourdieu denomina *hexis corporal*, está mediada por la representación social del cuerpo propio; es decir, es el resultado de la aplicación de un sistema de clasificación social, por medio del cual surge un cuerpo socialmente objetivado, en tanto que reconoce y acepta las categorías de

percepción y de apreciación mediante las cuales se lo percibe (Bourdieu, 1986: 185-186). A su vez, se debe tener presente que la relación con el propio cuerpo es una forma particular de experimentar la posición en el *espacio social*, siendo este “*sede de la coexistencia de posiciones sociales, de puntos mutuamente exclusivos que, para sus ocupantes, originan puntos de vista*” (Bourdieu, 1999: 173). Estas posiciones permiten comprobar la distancia que existe entre el cuerpo real y el cuerpo legítimo (o ideal).

### -Aspectos metodológicos:

El trabajo de campo se realizó en diferentes gimnasios y estudios de danza de la ciudad de La Plata, en el mes de noviembre del año 2011. Se realizaron entrevistas semi-estructuradas a un total de 13 personas de sexo femenino de entre 21 y 40 años. Siete fueron realizadas a mujeres que hacen fitness (gimnasia modeladora, step, aerobics, entre otras) en diferentes gimnasios, y las otras seis entrevistadas fueron mujeres que toman clases de danza contemporánea en diferentes espacios de dicha localidad.

Los gimnasios fueron seleccionados según su ubicación y su trayectoria en la ciudad, tratando de hacer representativa la gran heterogeneidad que presenta este campo. Por lo tanto se tomaron: un gimnasio céntrico, de larga trayectoria y que cuenta con una infraestructura más bien chica; un gimnasio céntrico, que data sólo de algunos años y que cuenta con un espacio más bien sencillo y pequeño; un gimnasio céntrico, creado a hace algunos años, pero que cuenta con una gran infraestructura y maquinaria; un gimnasio de características similares al anterior, pero ubicado en una zona alejada del centro; y un gimnasio chico -que funciona en el garaje de una casa- en una zona periférica de la ciudad. En cuanto a los estudios de danza, se eligieron también diversos espacios, tratando de que sean bastante disímiles entre ellos: un centro de arte, un estudio de danzas (donde también funciona un gimnasio), un centro cultural y la Escuela de Danzas Clásicas de la Provincia de Buenos Aires.

Una vez hechas las entrevistas, tratando de sortear las dificultades que ocasiona hablar del propio cuerpo, se procedió a su desgravación para poder hacer un análisis comparativo de los discursos. De esta forma, se incluyeron todos los aspectos relevantes para esta investigación, que fueron mencionados por las entrevistadas.

## -Por qué practicar fitness:

Las razones por las cuales las entrevistadas explican que han elegido empezar con estas clases se vinculan con el ritmo de vida que llevan en tanto actores –empleadas o estudiantes universitarias- de clase media. Como señala Louveau, al existir una distribución social de las prácticas deportivas y al estar -en este caso- menos involucrado el cuerpo como “herramienta de trabajo” más se hace objeto de vigilancia y de todo tipo de cuidados; invirtiendo tiempo, esfuerzo, dinero, para “obtener” un cuerpo “saludable- rentable” (Louveau, 2007).

En este sentido, se pueden discernir analíticamente tres cuestiones en las entrevistas. En primer lugar, el hecho de contrarrestar el sedentarismo diario, causante de múltiples problemas como: las contracturas musculares, los dolores de cabeza y de espalda, etc. Otro de los motivos señalados se relaciona con el estrés, en consecuencia con la actividad buscan: relajarse, distraerse, despejarse de los problemas cotidianos. Por último, se menciona el tema de la estética, del aspecto físico; estas cuestiones, íntimamente ligadas con el problema de la obesidad se pueden pensar como los beneficios “extra”, es decir que estos beneficios son tomados como una consecuencia lógica de la actividad, debido a que no se plantean como un fin en sí mismo (o por lo menos eso es lo que intentan transmitir las entrevistadas); por ejemplo, mantener o lograr una determinada imagen corporal, bajar de peso, tonificar los músculos. El fitness, de este modo, aparece como una necesidad tanto física como “espiritual”, algo que se ha vuelto el complemento indispensable para llevar adelante la rutina diaria, ya sea en el ámbito laboral o en el universitario.

Sin embargo, no es sólo una cuestión “físico-espiritual” por la cual la gente decide tomar clases de fitness, sino que dicha actividad da lugar a un espacio de socialización. Este también es un motivo por el cual la mayoría de las entrevistadas dicen preferir estas clases en contraposición a “ir a máquinas” (o musculación), ya que a esta última se la considera una actividad más individual, donde cada uno realiza una serie determinada de ejercicios, sin necesidad de tener que interactuar con los demás. No obstante, este espacio puede ser transitado por los practicantes de diferentes formas. Por un lado, el ambiente donde se desarrolla la actividad puede ser percibido como un lugar donde la competencia individual se hace constantemente presente, en cuanto a la forma de vestirse, de mostrarse, de moverse; se sumerge al propio cuerpo “*en un juego de reflejos y miradas evaluantes/deseantes*”, donde la lógica de la vigilancia está siempre

presente. (Landa, 2009: 19). Sin embargo, por otro lado, cuando la conformación del grupo es mas “familiar” se crea un ámbito propicio para relajarse y disfrutar de buena compañía, que en general es lo que se busca, además de ejercitar el cuerpo, encontrarse con buenos compañeros y profesores para pasar un momento grato y divertido.

Otro de los motivos por los cuales pareciera que las personas eligen hacer fitness es que encuentran en esta actividad una forma de controlar tanto al tiempo como a su cuerpo. Así, el practicante de fitness, busca formas de ser controlado por lo menos en dos aspectos. Por un lado, se busca que la duración de la actividad esté predeterminada: la clase es de una hora; la cual se encuentra dividida en cuatro segmentos (entrada en calor, ejercicios aeróbicos, ejercicios de tonificación muscular y elongación o relajación corporal) con tiempos prefijados respectivamente. A su vez la música va variando de segmento en segmento, regulando su ritmo. Además, las clases suelen realizarse dos o tres veces por semana, en días y horarios fijados de antemano.

Por otro lado, se busca que el profesor controle los movimientos y que haya una exigencia continua a seguir, aunque el cuerpo empiece a sentir síntomas de cansancio. El practicante de fitness se somete de alguna forma a una manipulación reglada de su cuerpo, obedece a las instrucciones del profesor en la medida que *“la obediencia, es creencia, y la creencia es lo que el cuerpo acuerda en el momento en que la mente dice no”* (Bourdieu 1996: 183).

Así, aunque la mayoría de las entrevistadas manifiesta realizar esta actividad por el placer propio que les genera, porque las hace “sentir bien”, porque les permite escapar de la rutina diaria, también se puede entrever en sus discursos cómo esta práctica se vuelve de alguna forma una obligación más dentro de la misma cotidianeidad. El “¡tengo que ir porque tengo que ir!”, demuestra cierto sacrificio que los practicantes se proponen hacer, como un medio para obtener ciertos resultados esperados, donde muchas veces la sensación de placer deviene una vez que la actividad finaliza, más aún, cuando el practicante se halla fuera del gimnasio.

De esta forma, los sujetos buscan construir y reconstruir sus corporalidades tanto a través del placer, como de la auto-disciplina (Landa, 2009: 19), ya que si bien dicen ir al gimnasio porque les gusta y porque les hace bien, la exigencia y el compromiso que se debe entablar con la actividad se considera necesaria para conseguir los resultados deseados; es el modo en que se juegan las reglas en este campo; es la *illusio* que se presenta en esta práctica corporal.



El arancel que debe abonarse para realizar esta actividad también puede pensarse como una de las razones por las que se elige hacer fitness. El costo suele ser muy variado, pero en casi todos los casos, las entrevistadas manifestaban estar conformes con el monto que debían pagar. En este sentido, la actividad se mantiene dentro de los parámetros económicos a los que la clase media puede acceder, es decir se diferencia de los deportes considerados más bien de elite como: el tenis, equitación, jockey, remo, entre otros, los cuales suelen ser destinados a un grupo social más pequeño y homogéneo a la vez.

Es interesante, pensar al fitness más allá de la práctica en sí, y entenderla como complemento de otra actividad, es decir como una práctica dentro de un sistema de prácticas. Esto se vio reflejado en el testimonio de Viviana que decía ir al gimnasio a hacer *step*, entre otras cosas, porque le permitía tener un buen estado físico para realizar otro deporte: el *Squash*. Pero también el fitness aparece como complemento de otras actividades ajenas al campo del deporte, por ejemplo una de las entrevistadas explicaba que era fundamental para su profesión tener fuerza en los brazos, y las clases que tomaban le beneficiaban mucho en ese sentido. Si bien se puede pensar que los fines que se buscan a través de la práctica del fitness están asociados a la obtención de una mejor calidad de vida, como consecuencia de los trastornos ocasionados por la rutina diaria, y lo que se pretende, por ende, es distraerse para escapar a ella, “por lo menos por una hora”; este caso muestra que elegir hacer fitness puede ser también un motivo para realizarse mejor en el ámbito profesional, que nada tiene que ver ni con el campo de las prácticas deportivas ni con las actividades destinadas al ocio. Al tratarse de una profesión artística (como también se verá luego en las entrevistadas que hacen danza contemporánea) y al ser el cuerpo la “herramienta de trabajo” se debe invertir en él determinado tiempo y esfuerzo, y mantener ciertos cuidados para obtener tanto ganancias simbólicas como materiales.

De esta manera, es válido pensar que la relación con el cuerpo que favorece esta práctica no es uniforme, sino que depende de la relación que establezca cada sujeto con las reglas y normas que se proponen desde el fitness. En este sentido, Landa explica que estas prácticas corporales *“inducen a modos de parecer, actuar y ser, pero hay que resaltar que los sujetos corporales deben inscribirse en las normativas y reglas prescriptas por estas tecnologías textuales, espaciales y subjetivas de dicho universo moral”* (Landa, 2009: 26).



Según lo registrado en las entrevistas se puede decir que la actividad de ir al gimnasio se la concibe como “lo normal”, lo que hacen todos, no se la cuestiona, es una costumbre, una actividad que se la piensa como meramente beneficiosa: hace bien al cuerpo, tanto a la salud física como mental. Estas prácticas han sido incorporadas por los sujetos como parte constituyente de su *habitus*.

### El cuerpo

Para analizar las concepciones sobre el cuerpo que aparecen en las entrevistas, se diferenciaron, en primer lugar, las nociones que aluden al cuerpo en general de las concepciones que tienen de su cuerpo en particular, retomando la categoría bourdeana de *hexis corporal*. Luego se trató de analizar la percepción del cuerpo legítimo y la distancia que con él se mantiene.

### Concepción del cuerpo

Como se mencionó anteriormente, la *hexis corporal* refiere a la representación subjetiva que cada persona tiene de su cuerpo como resultado de la aplicación de un sistema de clasificación social, por medio del cual surge un cuerpo socialmente objetivado, en tanto que se reconocen y se aceptan las categorías de percepción y de apreciación mediante las cuales se lo percibe (Bourdieu, 1986:185-186). En este sentido, es interesante describir en esta parte del trabajo la situación que se creaba cuando se les preguntaba a las entrevistadas a cerca del cuerpo. La primera reacción en todos los casos de las entrevistadas del fitness fue de asombro, de incertidumbre; se podía percibir cierta incomodidad al hablar de este tema. Luego venía una etapa de duda, de silencio, demostrando que nunca habían pensado sobre este tipo de preguntas, por lo que se complicaba la formulación de las respuestas. También, una actitud llamativa fue, en algunos casos, la necesidad de observarse en el mismo momento el cuerpo para reconocerlo y poder decir algo a cerca de él, como si nunca lo hubieran hecho. De esta manera se puede afirmar que “*el cuerpo parece ser algo evidente pero, finalmente, no hay nada menos difícil de penetrar que él*”<sup>1</sup> (Le Breton, 2002: 27). No

---

<sup>1</sup> Por lo que hay que tener en cuenta que, como en el resto de prácticas o temas que son asumidos como dados e invariantes, es muy difícil que cada sujeto logre desnaturalizar las concepciones que tiene en torno a su propio cuerpo, por lo que también es complicado pensar en él.

obstante, a pesar de esta incomodidad al hablar del cuerpo, las entrevistadas lograron dar cierta forma a sus pensamientos, y lo que apareció principalmente fue la percepción del cuerpo como un envase “donde vivimos nosotros” (entrevistada Ana). Esta mirada no es más que la visión moderna del cuerpo, propia de las sociedades occidentales, que es reactualizada constantemente por medio de discursos y prácticas<sup>2</sup>. Esta dualidad entre el cuerpo y la mente habilita a interpretar que este funcione como un medio, un medio material necesario para movernos, transportarnos, relacionarnos.

### Percepción del propio cuerpo

Cuando se les pidió que definan su cuerpo, lo que apareció fue la apelación a “lo normal”. En este sentido, lo normal estaría definido por el modelo de cuerpo que propone el discurso médico hegemónico, desde donde se establece, entre otras cuestiones, que el peso corporal correcto debe establecerse según la altura y la estructura ósea de cada persona. Es interesante recordar que el cuerpo es un producto social, y por lo tanto lo que en apariencia resulta normal, natural, como sus dimensiones, el volumen, el peso o la talla; son en realidad afines a las condiciones sociales de producción (Bourdieu, 1986: 184). Por este motivo no hay que olvidar que según la clase social a la que se pertenezca, variarán tanto las propiedades corporales como las formas de ser percibidas. En este caso la noción de un cuerpo normal estaría definida desde los parámetros de la clase media, a la que pertenecen las siete mujeres entrevistadas.

El tema de la delgadez-obesidad subyace en todos los discursos. Se puede observar que, en general, las entrevistadas inmediatamente tienden a describir su cuerpo mediante las categorías de gordo-flaco, alto-bajo, posicionándose, en ambos casos, en medio de los dos extremos. De esta manera consideran que se encuentran dentro de los parámetros de la normalidad, los que quedan definidos por las dimensiones que desde la sociedad -o desde el modelo médico hegemónico- se exigen para tener un cuerpo saludable, “un cuerpo normal”. A su vez, aclaran que el tema del peso no es algo de lo

---

<sup>2</sup> Esta visión moderna, propia de las sociedades occidentales, nació entre fines del siglo XVI y comienzos del siglo XVII. Le Breton resume claramente lo que significa esta forma de entender al cuerpo de la siguiente manera: “*la concepción moderna del cuerpo implica que el hombre sea separado del cosmos (ya no es el macrocosmos el que explica la carne, sino una anatomía y una fisiología que existe del cuerpo), de los otros (pasaje de una sociedad de tipo comunitaria a una sociedad de tipo individualista en la que el cuerpo es la frontera de la persona) y finalmente, de sí mismo (el cuerpo está planteado como algo diferente de él)*” (Le Breton 2002: 28).

que estén pendientes. Esta explicación parece volverse necesaria en sus respuestas para dejar en claro que el peso corporal no se les presenta a ellas como un problema. En este sentido, los trastornos alimenticios como la anorexia y la bulimia, asociados al cuerpo de “la modelo de pasarela”<sup>3</sup>, suelen aparecer al momento de hablar de lo corporal, junto a la necesidad de distanciarse de ellos, debido a que, de alguna forma, pueden volverse estigmatizantes. Es decir, podría pensarse que, el hecho de negar la preocupación por el peso corporal estaría asociado al temor de ser “etiquetada” como portadora de alguno de estos trastornos.

### Noción de cuerpo ideal y distancia con el cuerpo real

Para indagar acerca de cuáles son sus concepciones sobre el cuerpo ideal, o legítimo, se les preguntó a las entrevistadas qué era para ellas un cuerpo bello. En su mayoría hicieron alusión a un cuerpo proporcionado, equilibrado, saludable, armonioso, sano; características íntimamente ligadas con el modelo médico, y por ende también con el modelo de cuerpo que se legitima desde el fitness.<sup>4</sup>

En relación a la distancia que existe entre este cuerpo considerado legítimo y el cuerpo real, las entrevistadas manifestaron, en su mayoría, que no existía tal distancia, respondiendo que se sentían conformes con su cuerpo, y que su visión de un cuerpo lindo, bello, estaba en afinidad con su propio cuerpo, al que, como se mencionó anteriormente, denominan: normal<sup>5</sup>. En este sentido expresaban que no deseaban cambiar ni modificar ningún aspecto de su cuerpo; de algún modo “lo aceptan”. Pero, sin embargo esta aceptación tampoco es total, porque cuando se indagaba un poco más siempre algo aparecía para modificar, como: la altura, tener más o menos pechos, tener menos caderas, ser más delgada, tener un abdomen más tonificado. Se vio reflejado en los discursos, también, la noción de cuerpo legítimo que se espera tenga una mujer, en relación a sus medidas corporales, tanto en su forma como en su altura. De alguna

---

<sup>3</sup> Expresión de una de las entrevistadas al preguntarle sobre qué era para ella un bello cuerpo.

<sup>4</sup> Landa hace referencia al *fitbody* para dar cuenta del modelo ideal de cuerpo que se promueve desde el fitness. Este cuerpo que debe ser construido por cada sujeto individual mediante su auto control, posee los atributos de: salud, belleza, calidad de vida, bienestar, eficiencia y rendimiento (Landa, 2009a).

<sup>5</sup> El cuerpo al que las entrevistadas denominan normal, al que reconocen como ideal o legítimo puede definirse como: un cuerpo que se encuentre sano, proporcionado (o equilibrado) y armonioso.

manera, esto demuestra que la apariencia corporal debe estar acorde con lo que la cultura exige de la feminidad (Louveau, 2007:68).

### -Porqué hacer danza contemporánea:

Según lo dicho por las entrevistadas, los principales motivos, por los cuales la mayoría de ellas decidió empezar a hacer danza contemporánea, se vinculan con la búsqueda de una nueva forma de expresarse a través del cuerpo. En este sentido, en general, las entrevistadas explican que encuentran, en esta actividad, herramientas que les permiten desarrollarse de un modo más completo en la disciplina artística en la que se encuentran inmersas, como por ejemplo, en el teatro, la expresión corporal, o la acrobacia. También, aunque en menor medida, el inicio en la actividad se debe a buscar en ella un momento de distracción o diversión.

De esta manera, se podrían diferenciar dos formas de entender a esta práctica: una cuyo principal objetivo es buscar en la danza una forma de comunicación artística (ya sea con formación profesional o no) y otra entendida principalmente como un momento de ocio.

Así, para una mejor comprensión analítica, se distinguió algunas características de las entrevistadas en relación al vínculo que mantienen con la danza. De las seis, dos de ellas (Julia y Yesica) hacen danza principalmente porque dicha actividad les permite distraerse, divertirse y/o cuidar de su salud. Las otras cuatro hacen danza porque encuentran a través de ella un modo de expresión artística. Pero de estas últimas cuatro, dos adquieren una formación profesional (Amalia y Verónica), y las otras dos (Azul y Alejandra) no. Estas tres maneras de concebir a la danza implican diferentes formas de involucrarse en la actividad, en cuanto a la cantidad de tiempo, dinero y energía que están dispuestas a invertir en ella.

Siguiendo la misma lógica, el hecho de seguir en la actividad se debe a dos cuestiones diferentes (que en la práctica se encuentran íntimamente ligadas). Por un lado, Julia y Yesica explican que encuentran en la danza un espacio que les permite salir de la cotidianidad, desconectarse de los problemas con que lidian a diario, ya que manifiestan que al momento de bailar logran olvidarse de todos ellos. Además destacan el hecho de que los movimientos mismos les producen placer al hacerlos. En este sentido, se pone énfasis en que hacer danza contemporánea divierte y también hace bien

a la salud, tanto física como psíquica. Esos serían los principales beneficios que perciben de la danza: hace bien al cuerpo, “por dentro y por fuera”.

Por otro lado, el resto de las entrevistadas advierten que el principal beneficio que perciben de hacer danza contemporánea es la conciencia corporal que logran a través de la actividad, el conocimiento que adquieren tanto del propio cuerpo como del otro; considerando también este aprendizaje un gran aporte para desarrollarse en otras disciplinas. De este modo, se enfatiza en que la actividad les brinda valiosas herramientas para expresarse a través del movimiento del cuerpo, y la comparan con otras danzas para destacar que la contemporánea les permite desarrollar al máximo la capacidad de expresarse artísticamente. En este sentido, las entrevistadas resaltan que esta danza les da la posibilidad de aprehender un amplio lenguaje corporal, el que presenta una gran variedad de significaciones. Así, las entrevistadas que además están vinculadas con el teatro ponderan, sobre todo, la diversidad de herramientas que les brinda a la hora de estar en escena, y todos los juegos que a través de ellas pueden establecer con el espectador.

En relación a lo correcto o incorrecto en el campo de la danza contemporánea, se puede rastrear una contradicción en el discurso de las entrevistadas, ya que por un lado se concibe a esta danza, en relación a otras, como una manera más libre y amplia de expresarse, pero por otro lado, se reconoce que también en ella se encuentran estereotipos e ideales, que pueden terminar de alguna manera actuando como factores de exclusión, al percibirse lejos del modelo ideal. De esta manera, cuando se les preguntó acerca de si había algo que no les gustaba de la actividad, la mitad respondió que no encontraban nada que les disgustara, pero las otras tres manifestaron disconformidad con ciertas formas de enseñanza de la danza contemporánea: que se establezcan modelos o estereotipos tanto de cuerpos, como de la forma en que ellos deben moverse, explicando que muchas veces se vuelven objetivos deseables para los alumnos, pero inalcanzables llegando, en algunos casos, a provocar sensaciones de frustración. En este sentido, también se menciona el dolor que puede ocasionar tratar de realizar algunos ejercicios propios de una técnica en particular, debido a la sobre exigencia por parte del profesor hacia el alumno o la sobre exigencia de este último sobre sí mismo.

La práctica de la danza contemporánea puede tener diferentes modos de recepción en cada subjetividad. Si bien las entrevistadas expresaban que entre los principales beneficios encontraban, a través de la danza, un bienestar físico y psíquico,

pueden contraponerse a estos beneficios, por un lado: los dolores corporales o lesiones, y por el otro las sensaciones de frustración.

Al respecto se puede pensar en los problemas que plantea la enseñanza de una práctica corporal, como expresa Bourdieu cuando se refiere al lugar que ocupa la conciencia en el momento de hacer comprender a un individuo cómo debe dirigir su cuerpo. Aunque el autor aclara que estas conductas se producen, generalmente, “*más allá de la conciencia*” (Bourdieu, 1996: 182) se puede observar, a través de las respuestas de las entrevistadas, que si bien en una primera etapa se exige al cuerpo que realice movimientos que pueden llegar a ser riesgosos para la salud, por generarse una especie de “fanatismo” hacia la disciplina; puede existir un segundo momento donde se logre concientizar y se empiece a percibir y –en consecuencia- a replantear el porqué y el para qué del movimiento. Asimismo se podría decir que sí existe una toma de conciencia en el acto de comprender con el cuerpo.

### El cuerpo

En este apartado se intentó revisar, de un modo similar a como se hizo con la práctica del fitness, la concepción del cuerpo que tienen las entrevistadas, la percepción de su propio cuerpo, la noción que tienen de un cuerpo ideal y la distancia que existe- o no- con el cuerpo real.

### Concepción del cuerpo

La situación que se generó en este punto con las entrevistadas que practican danza contemporánea fue, en la mayoría de los casos, muy distinta a la experiencia que se tuvo en las entrevistas del fitness, ya que la mayoría de ellas sí pudieron elaborar una respuesta concisa entorno a qué significaba su cuerpo. Esto permite ver las diferentes formas en que influye dicha práctica en las categorías de percepción y apreciación – mediante las cuales se constituye la *hexis corporal* de cada entrevistada- según la relación que establecen con la danza. Asimismo se obtuvieron dos tipos de respuestas, una dada por las entrevistadas que están interesadas principalmente por las herramientas artísticas que ofrece y, otra generada por las que hacen danza como una forma de ocio. Estas últimas aluden a la concepción clásica de cuerpo como envase, como “un lugar donde vivimos”, y el otro grupo de entrevistadas percibe al cuerpo principalmente como una herramienta, un medio de expresión y/o comunicación.

Se pudo apreciar que las repuestas son más completas y extensas a medida que las entrevistadas están más involucradas en la danza, como en los últimos dos casos en donde la danza es vivida como una profesión y el cuerpo debe estar en condiciones óptimas para poder bailar diariamente. Este uso profesional del cuerpo dispondrá a determinados comportamientos y cuidados que adquieren su propio sentido dentro del campo de la danza. En este caso, como se advirtió cuando se analizó la entrevista de una practicante de fitness, el cuerpo cuanto más está involucrado como “herramienta de trabajo” más se lo hace objeto de vigilancia y de cuidados, a la inversa de lo planeado por Bonstansky y Louveau (2007) cuando se refieren a la relación instrumental del trabajador con su cuerpo.

### Percepción del propio cuerpo

En cuanto a la forma de percibir el propio cuerpo, se obtuvieron respuestas muy variadas, pero en la mayoría de los casos aparece la mención del cuerpo en relación al peso (flaco/gordo) y a la altura (alto/bajo). También aparece la categoría de “lo normal”, refiriéndose generalmente a que se lo ve proporcionado, de una manera similar a lo que había ocurrido en lo dicho por las entrevistadas que hacen fitness. Algunas respuestas en particular fueron interesantes:

-La de Verónica: por la distinción que hace entre la gente que hace danza y lo que ella define como la “gente común”. De este modo, se perciben de dos modos diferentes a un mismo cuerpo. Por un lado se lo califica de voluptuoso, o con dimensiones más amplias y más peso corporal que el que debería tener un cuerpo que danza. Por otro lado, desde el ámbito de la “gente común”, se lo consideraría como un cuerpo normal, es decir, con un peso y una altura acorde a lo que desde la sociedad -o como se mencionaba anteriormente desde el modelo médico hegemónico- se exige. Desde esta perspectiva podría pensarse que la danza exige cuerpos muy delgados y por eso el tema del peso es una preocupación en este campo, aunque no se manifieste explícitamente, o se deje entrever claramente como en el ámbito del fitness. Sin embargo, por lo que se ha observado, y por lo expresado en las entrevistas, dicha perspectiva no puede generalizarse, debido a que otras características mencionadas por ella y por el resto de las entrevistadas, como la expresividad, la conciencia corporal y la comunicación parecen prevalecer.

- La de Amalia: por la descripción minuciosa que hace de su cuerpo. En este testimonio se puede ver cómo, al estar tan involucrado en un determinado campo como es el de la



danza, las percepciones corporales son atravesadas por la práctica. De esta manera el *habitus* que se adquiere, según la posición que se ocupe en el campo, dispone a cierto modo de percibir el cuerpo propio. En este caso pareciera que las percepciones van más allá de “el físico”, debido a que se tienen en cuenta aspectos como la flexibilidad de la columna y las articulaciones. Su definición de cuerpo saludable, por lo tanto, es medida por esas cualidades, y también por otras como: el tono muscular, la sensibilidad de la piel, la forma de moverse; aspectos que “la gente común” pareciera no considerar.

### Noción de cuerpo ideal y distancia con el cuerpo real

La mayoría de las entrevistadas dice estar conforme con su cuerpo, aunque algunas aclaran que no siempre lo sintieron de esta forma, pero que llegaron finalmente a aceptarlo. Así, casi todas, manifiestan que no desean modificar ningún aspecto corporal. Algunos casos como el de Verónica muestran que la percepción de su cuerpo y sus disconformidades se construyen en su relación con la danza. Se trata, como dice Bourdieu, de hacer reconocer la legitimidad de características distintivas que un individuo posee en tanto que miembro de un grupo y de un estilo de vida en el que dichas categorías cobran sentido (Bourdieu, 1986:189). En el campo profesional de la danza, al que esta entrevistada pertenece, ambos cuerpos, el percibido y el ideal, se construyen a la par; cada uno influye en el desarrollo del otro. Ambos son el resultado del proceso de aprender danza, así como de verla y hablar de ella (Foster, 1996: 411-412).

El cuerpo, dice Bourdieu (1986), tiene dos formas posibles de ser vivido, según sea la distancia que separe la representación del cuerpo ideal (legítimo) del cuerpo real.

P-¿Te sentís conforme con tu cuerpo?

R-Sí, me siento conforme con mi cuerpo. Quizás los primeros años de danza pensaba de otra forma y me ponía metas inalcanzables (en ese momento quería cambiar cosas). Hoy en día, vivo de la danza y el teatro. Estas disciplinas me trajeron muchísimas satisfacciones a nivel laboral y personal. Descubrí mi identidad dentro de este lenguaje y me acepté como era. Ahora no me interesa modificar nada. Solo pretendo descubrir nuevas posibilidades para crecer (Amalia, 26 años).

A partir de lo dicho por esta entrevistada, pareciera que hubo un primer momento en su relación con la danza donde se producía una desproporción entre el cuerpo soñado y el cuerpo real. Sin embargo, la entrevistada luego manifiesta que pudo redefinir sus categorías de percepción y de valoración del cuerpo, llegando incluso a reconstruir su

propia identidad a través de ellas. Es interesante destacar que Amalia hace diez años que se encuentra inmersa en el campo de la danza contemporánea, y a través de su testimonio muestra cómo durante este período su percepción del propio cuerpo fue variando y en consecuencia también cambiaron las exigencias que recaen sobre él.

En relación al cuerpo que consideran ideal, o lo que perciben como “un lindo cuerpo”, las entrevistadas definen a este, principalmente, a través de las características de: sano, ágil, fuerte, armonioso, proporcionado (altura-volumen-peso); también destacan la importancia de lo que cada persona transmite con su cuerpo, remarcando la necesidad de que cada uno se sienta cómodo con su cuerpo, ya que esto es lo que se ve reflejado y es lo que esperan percibir en los cuerpos que denominan bellos. Es interesante, al respecto, la noción que aparece en las entrevistas en torno al cuerpo, este es redefinido a través de una relación, donde lo que importa más allá de “el físico” es cómo el cuerpo se presenta, es decir que: *“la apariencia corporal responde a una escenificación del actor, relacionada con la manera de presentarse y de representarse”* (Le Breton, 2002:81).

### -Conclusiones:

A modo de conclusión, aunque este trabajo sólo pretendió ser una primera aproximación al estudio de las prácticas corporales, se propusieron algunas posibles respuestas a los interrogantes planteados inicialmente. A su vez se intentó establecer algunas similitudes y diferencias entre las prácticas estudiadas.

- Luego de este primer acercamiento, tanto al campo del fitness como al de la danza contemporánea, se podría pensar que la elección de realizar una u otra actividad está más ligada a la propia historia de cada práctica y su recepción en la actualidad, que a factores propiamente estructurales o de clase. Sin embargo, como se pudo observar, ambas prácticas son realizadas principalmente por actores de clase media. En este sentido, se debería seguir indagando- retomando los aportes bourdieanos- en qué medida la elección, de una u otra de estas prácticas, está influenciada por la posesión de los distintos tipos de capital: económico, cultural, social y simbólico. Según sea el volumen de cada uno de ellos, el actor se posicionará en un determinado lugar dentro del espacio social, así como también tomará cierta posición tanto en el campo del fitness como en el de la danza.

- El cuerpo ideal o legítimo, hoy en día, es construido y reconstruido social y culturalmente a través de múltiples dispositivos. El papel de los medios de comunicación, y especialmente de las publicidades, están continuamente reproduciendo la imagen de lo que se considera un cuerpo bello, ideal, perfecto. Este cuerpo se presenta como un cuerpo ágil, flexible, energético, un cuerpo que denota condiciones físicas incuestionables: vitalidad, juventud, fortaleza. Un cuerpo “omnipotente”, que todo lo puede, un cuerpo a-histórico/ a-social, en la medida que debe estar siempre representando una imagen de bienestar y felicidad, en función de las demandas laborales y socioculturales actuales. En este sentido, las concepciones sobre el cuerpo dentro del campo del fitness, así como dentro del campo de la danza contemporánea, se acercan de alguna manera a este cuerpo legitimado socialmente.

En los gimnasios se realizan actividades rentables, en la medida que en dichos espacios se producen y reproducen cuerpos útiles, estos deben ser construidos por cada sujeto mediante su autocontrol, si se quiere conseguir los atributos ideales que promueve el fitness: salud, belleza, calidad de vida, bienestar, eficiencia y rendimiento. En tanto que la empresa del fitness surgió en el intento de responder a las necesidades del capitalismo neoliberal, el modelo ideal de cuerpo que ha propuesto y construido dicha actividad, se estableció como el socialmente legítimo.

El cuerpo que se legitima en el campo de la danza contemporánea tiene como base atributos compartidos con el cuerpo del fitness: fuerza, flexibilidad, resistencia y un tono muscular óptimo. Pero a estas cualidades se les suma las características propias que hacen de esta práctica corporal, una actividad artística. A pesar de que cada técnica, tradición o coreógrafo busca construir un cuerpo específico, hay por lo menos un rasgo en común: la búsqueda de cuerpos conscientes -cuyo dominio y control sean absolutos- para poder interpretar diferentes estilos de movimientos. En la medida en que se hace de esta práctica una profesión, el cuerpo legítimo debe cumplir con más requisitos, teniendo en cuenta que el entrenamiento de la danza no solo construye un cuerpo, sino que contribuye también a la forma de expresarse de cada cuerpo.

- A su vez, en cada práctica, lo legítimo y lo real opera al nivel de la representación de los actores. La relación que entablan las entrevistadas con su cuerpo está, en menor o mayor medida, atravesada por la actividad que realizan. De este modo, según la forma en que influye cada práctica en las categorías de percepción y apreciación, cada entrevistada construye su *hexis corporal*, la forma de construir, pensar e interpretar su propio cuerpo. Como se pudo ver, esta relación varía de acuerdo al grado de inscripción

que cada sujeto entabla con la actividad. En este sentido, las prácticas son reapropiadas por los actores de diferente manera; según sea el tiempo, esfuerzo, dinero, privaciones, que estén dispuestas a invertir para conseguir las ganancias materiales y simbólicas, que se legitiman en este campo.

Los practicantes del fitness proyectan su concepción de cuerpo ideal, legítimo, al cuerpo que se promociona desde dicha empresa. Mediante la exigencia y al auto control buscan que su cuerpo se cree y se recree dentro de esos parámetros, esto es percibido como “lo normal”, lo que no se cuestiona. De esta manera construyen un *habitus* corporal y lo actualizan cada vez que realizan esta actividad.

Las personas que hacen danza contemporánea perciben una distancia mayor entre lo real y lo legítimo a medida que se involucran más en la actividad, sobre todo cuando se aspira a formarse profesionalmente. Este desfasaje puede provocar desde lesiones físicas hasta psíquicas, puede actuar como factor de frustración, y en algunos casos hasta de exclusión.

- Algunos puntos en común y de distancia entre las distintas prácticas y las representaciones que operan en cada campo son:

Estas dos prácticas son diferentes desde sus inicios. El fitness nace como parte de una empresa, para ofrecer un servicio en el mercado de masas; por lo cual estuvo, y está dirigido, a cualquier persona que tenga los medios materiales para hacerlo. Se presenta como una actividad que puede (y debe) ser practicada por toda persona, sin ningún tipo de restricción. La danza contemporánea, en cambio, tiene como cuna de origen a la *danse d'école*, en consecuencia por muchos años fue una práctica destinada a la nobleza. Con el surgimiento de las nuevas técnicas y concepciones, a fines del siglo XIX y a lo largo del siglo XX, esta práctica logró expandirse a diferentes sectores sociales. Sin embargo, hoy en día, si bien existen practicantes de diferentes niveles socioeconómicos, las restricciones parecen ser mayores que en el fitness, ya que no es sólo el capital económico lo que se pone en juego en este campo, sino que se demanda, además, un esfuerzo de reflexión y concentración, propias de toda actividad artística.

De esta manera, el fitness es una empresa que se legitimó en la sociedad. Se presenta como una actividad destinada al consumo masivo, y a través de la gran aceptación que obtuvo por parte de la clase media, fue incorporada como una práctica cotidiana más. Ha sido naturalizada como “lo normal”, “lo que hace bien”, como una necesidad. En cambio, a la danza contemporánea, como en general suele ocurrir con el resto de las danzas, se la considera como una práctica que no puede ser realizada por

cualquier persona (aunque como se señaló anteriormente esta concepción no es la que predomina al interior del campo). Esto se debe, por un lado, a su poca difusión en relación a otras prácticas, y por lo tanto a la falta de conocimiento, por parte de la sociedad en general, de lo que se trata esta actividad hoy en día. En el imaginario social lo natural es que uno se involucre en la danza desde chico, y/o que se debe poseer un determinado tipo de cuerpo. Aunque no hay que olvidar como los medios de comunicación están operando actualmente sobre estos imaginarios, como por ejemplo con la aparición de los llamados “*reality show*”. En estos programas, como lo es “Bailando por un sueño”, que se transmite actualmente por televisión, las técnicas de la danza son re apropiadas por múltiples y diversos actores sociales, mostrando de alguna forma que cualquiera puede “aprender a bailar”<sup>6</sup>. Por otro lado, al ser una actividad tan heterogénea en su interior, depende del profesor, o la institución a la que se acceda, que exista o no esta posibilidad de ser practicada sin restricciones.

En el fitness se busca que el cuerpo del practicante sea controlado mediante los ejercicios que marca el profesor, estos deben ser reproducidos lo más fielmente que se pueda, para conseguir los resultados deseados. En la danza contemporánea, en cambio, se busca que el alumno se apropie del movimiento para que pueda ser trabajado desde su experiencia personal. Se exige que el cuerpo, por sobre todo, sea consciente para poder controlar cada uno de los movimientos, y de este modo también logre transmitir con el cuerpo lo que propone el profesor.

En el fitness se crea un espacio de socialización, que es visto por los practicantes como uno de los aspectos más positivos de realizar dicha actividad. En la danza, esta cuestión -en relación a la conformación de un grupo- no parece primar, ya que en estas clases las relaciones se entretajan con lazos que van más allá de lo afectivo, interponiéndose los valores corporales deseables o indeseables, correctos o incorrectos.

En cuanto a las similitudes que se pueden establecer entre ambas prácticas se puede señalar que: las dos pueden ser hoy en día consideradas como actividades de ocio. En este sentido las dos pueden ser elegidas para contrarrestar los malestares corporales que ocasiona el ritmo de vida diario, como: las contracturas musculares, los dolores de cabeza y de espalda. Así también, ambas actividades permiten: relajarse, distraerse y despejarse de los problemas cotidianos. A su vez, ambas prácticas pueden

---

<sup>6</sup> Sería muy interesante analizar los modos en que se objetiva a estos cuerpos en dichos programas, pero escapa a los fines de esta tesina.

realizarse por una necesidad demandada desde el ámbito laboral, como así también pueden ser realizadas como complemento de otra actividad artística, deportiva o de otra índole.

En ambos casos los sujetos buscan construir y reconstruir sus corporalidades tanto a través del placer, como de la auto-disciplina, debido a que la exigencia y el compromiso son parte de la *illusio* que se presenta en cada una de las actividades, y por ende lo que se considera necesario para conseguir los resultados deseados y legitimados en cada campo.

Tanto en el ámbito del fitness como en el de la danza, el tema de la delgadez-obesidad subyace en todos los discursos. En general, las entrevistadas describieron su cuerpo mediante las categorías de gordo-flaco, posicionándose en el medio de los dos extremos, considerando, de este modo, que se encuentran dentro de los parámetros de la normalidad. En este sentido, si bien en ambos campos no se promociona un cuerpo estrictamente delgado, sí hay una oposición al cuerpo obeso, ya que este representa a un sujeto sedentario, enfermo, dejado, incontrolado, feo, etc.

### -Bibliografía:

- Bourdieu, P., (1996 [1987]). Programa para una sociología del deporte. En *Cosas dichas* (pp. 173-184). Traducción Margarita Mizraji. España: Gedisa.
- Bourdieu, P., (1986) *Notas provisionales sobre la percepción social del cuerpo*. En *Materiales de Sociología Crítica*. C. Wright Mills, etc. Madrid: La Piqueta.
- Bourdieu, P., (2007) *El sentido práctico*, Buenos Aires: Siglo XXI Editores.
- Bourdieu, P., (1999) *Meditaciones pascalianas* Barcelona: Anagrama.
- Foster, S., (1996) *Cuerpos de danza*, en *Incorporaciones*, Jonathan Crary y Sanford Kwinter (eds.). Ediciones Cátedra S.A., Madrid.- Landa, M., (2009) *Subjetividades y consumos corporales: un análisis de las prácticas del fitness en España y Argentina*. Primera Revista Electrónica en América Latina Especializada en Comunicación N°. 69, 2009. [Fecha de consulta 17 de septiembre de 2011] Disponible en: [www.razonypalabra.org.mx](http://www.razonypalabra.org.mx)
- Le Breton, D., (2002) *La sociología del cuerpo*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Louveau, C., (2007) *El cuerpo deportivo: ¿Un capital rentable para todos?* En *Cuerpos Dominados. Cuerpos en ruptura*. Stephane Haber, Bernard Andrieu, Pascal Molinier. Buenos Aires: Nueva Visión.